



19 A 21 DE MAIO DE 2025 | BENTO GONÇALVES | RS

## **OFERTA DE PRODUTOS VEGETARIANOS/VEGANOS EM ESTABELECIMENTOS COMERCIAIS DE UM CAMPUS UNIVERSITÁRIO DO SUL DO BRASIL: BARREIRAS E OPORTUNIDADES**

E. D. da Rosa<sup>1</sup>, A. J. Costa<sup>2</sup>, V. R. Kirsten<sup>3</sup>

1- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 9701-1544 – e-mail: (erikadalcin93@gmail.com)

2- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (49) 99803-56181 – e-mail: (anajulia.costadane@gmail.com)

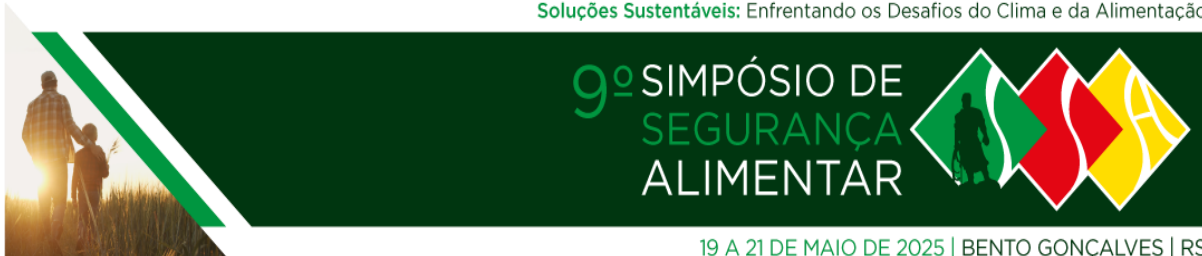
3- Curso de Nutrição – Universidade Federal de Santa Maria – CEP: 97105-900 – Santa Maria – RS – Brasil, Telefone: 55 (55) 99993-9431 – e-mail: (kirsten.vr@gmail.com)

**RESUMO** – O movimento vegetariano/vegano cresceu, referindo-se a dietas sem carnes ou derivados animais. Apesar do aumento de adeptos, pesquisas mostram que vegetarianos/veganos ainda enfrentam dificuldades para encontrar opções adequadas fora de casa. O objetivo do trabalho foi mapear a oferta de alimentos vegetarianos e veganos em estabelecimentos comerciais de um campus universitário. A pesquisa foi realizada em dez estabelecimentos de comercialização de alimentos de um campus de uma Universidade Federal, por meio de entrevistas com os responsáveis. A pesquisa revelou que apenas dois estabelecimentos oferecem lanches veganos. Pode-se concluir que os estabelecimentos do campus universitário oferecem poucas opções de lanches vegetarianos, nenhuma opção proteica vegetal e poucas alternativas veganas.

**ABSTRACT** – The vegetarian/vegan movement has grown, referring to diets without meat or animal products. Despite the increase in followers, research shows that vegetarians/vegans still face difficulties in finding suitable options outside the home. The objective of the study was to map the supply of vegetarian and vegan foods in commercial establishments on a university campus. The research was conducted in ten food establishments on a federal university campus, through interviews with those responsible. The research revealed that only two establishments offer vegan snacks. It can be concluded that the establishments on the university campus offer few vegetarian snack options, no plant-based protein options and few vegan alternatives.

**Palavras-chave:** Dieta Vegetariana. Dieta Vegana. Universitários.

**KEYWORDS:** Vegetarian Diet. Vegan Diet. University.



## 1. INTRODUÇÃO

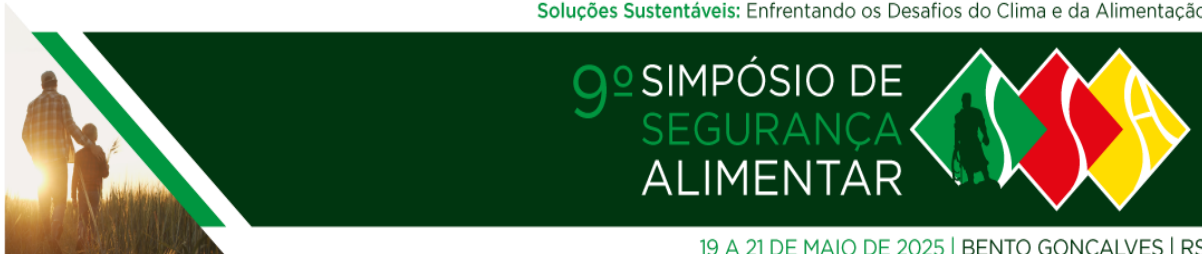
A transição da adolescência para a vida adulta, especialmente com o início da vida universitária, traz desafios alimentares, incluindo a independência na escolha dos alimentos e a exposição a hábitos rápidos e pouco saudáveis. Essa fase pode impactar a adoção de novas dietas, como padrões onívoros e vegetarianos, influenciados por fatores éticos, ambientais, estéticos e psicológicos. (BARROS, BIERHALS, ASSUNÇÃO, 2018).

O movimento vegetariano, tradicionalmente associado à exclusão de carnes, e o vegano, motivado por ética, saúde e preocupações ambientais, ganharam força ao longo dos anos. Dados mostram que cerca de 6,4% a 6,8% dos universitários são vegetarianos, predominando entre as mulheres (BARROS, BIERHALS, ASSUNÇÃO, 2018). Segundo o IBOPE (2018), 14% dos brasileiros se declaram vegetarianos, um crescimento de 75% desde 2012. Entretanto, desafios como preços elevados e difícil acesso a produtos veganos/vegetarianos ainda limitam a adesão ao veganismo. O trabalho teve por objetivo mapear a oferta de alimentos e refeições vegetarianas e veganas em estabelecimentos comerciais de um campus universitário, a fim de identificar as barreiras e oportunidades para a alimentação vegetariana no ambiente universitário.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como descritivo, de abordagem quali-quantitativa, investigou estabelecimentos alimentares no campus sede da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), que conta com cerca de 23.660 estudantes matriculados. A coleta de dados ocorreu em novembro de 2024, por meio de entrevistas agendadas com administradores dos estabelecimentos, utilizando um questionário com vinte e três perguntas, sendo treze de resposta fechada e dez de respostas abertas adaptadas da pesquisa de Moraes (2018).

As questões fechadas buscavam informações sobre o tipo de estabelecimento, horários de funcionamento e refeições ofertadas. As perguntas abertas investigaram opções vegetarianas e veganas, formas de identificação dos produtos e dificuldades para inclusão desses alimentos no cardápio. As entrevistas foram conduzidas com proprietários e gerentes.



A análise dos dados quantitativos foi realizada com estatística descritiva (SPSS 25.0). Estabelecimentos foram pontuados conforme a oferta de opções vegetarianas e veganas, e o mapeamento do campus foi adaptado para identificar os locais analisados.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Universidade Federal de Santa Maria possui dez estabelecimentos alimentares no campus-sede: cinco lanchonetes e cinco restaurantes. Os restaurantes oferecem refeições completas, como almoço e jantar, enquanto as lanchonetes vendem lanches rápidos. Todos os restaurantes da amostra oferecem buffet ou self-service no almoço, sendo que um também oferece jantar e outro disponibiliza buffet no café da manhã.

Em relação a caracterização das opções de alimentos e refeições ofertadas nestes estabelecimentos, três estabelecimentos (30%) não oferecem sucos para venda, independentemente do percentual de frutas em seu conteúdo. Oito estabelecimentos (80%) comercializam salada de frutas, todas sem a oferta de condimentos, como cereais. Quatro estabelecimentos (40%) comercializam açaí, um deles comercializa o produto junto com ingredientes de origem animal (leite em pó e leite condensado), sem possibilidade de substituição. Todos os estabelecimentos realizaram a venda de salgados e sanduíches, sendo que todos afirmaram oferecer opções vegetarianas, com ingredientes como legumes, ovos, queijo e proteína texturizada de soja.

Em relação à venda de bolos, 80% dos estabelecimentos comercializam esse produto, sendo que apenas um oferece bolo vegano, adquirido pronto. Quanto aos alimentos ultraprocessados, 90% dos estabelecimentos vendem biscoitos/bolachas, todos com pelo menos uma opção vegana. Além disso, 80% vendem salgadinhos ultraprocessados com opções veganas. Apenas um estabelecimento (10%) oferece a substituição do leite de vaca por leite vegetal em todas as opções de café.

A oferta limitada de alimentos veganos in natura e minimamente processados tem levado ao aumento do consumo de ultraprocessados por pessoas que escolhem esta forma de se alimentar. Um estudo no Reino Unido, publicado no *The Lancet*, apontou que dietas vegetarianas apresentam maior consumo de ultraprocessados em comparação com dietas que incluem moderadas quantidades de carne ou peixe (CHANG et al., 2024).

Quanto aos restaurantes que operam com *self-service* ou *buffet*, as opções vegetarianas e veganas disponíveis para o almoço são limitadas a feijão (preparado sem ingredientes de

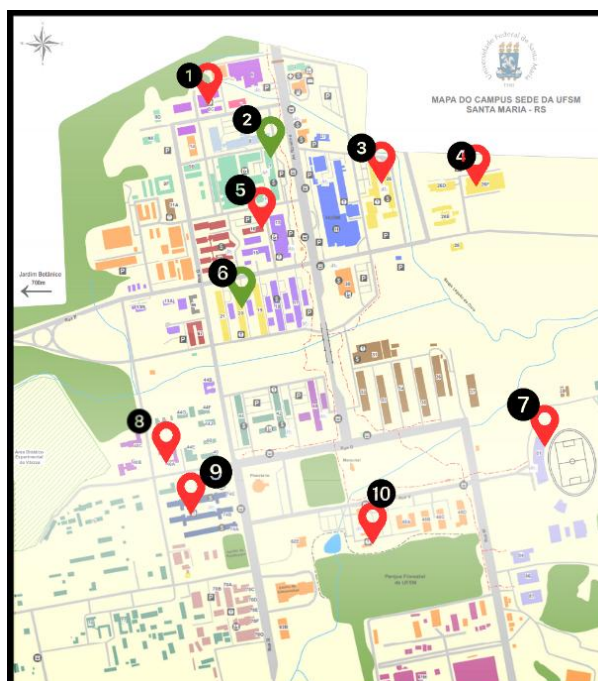


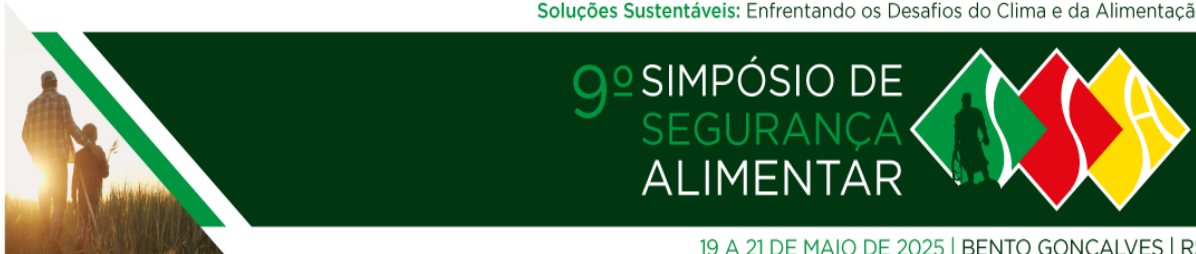
origem animal), arroz e saladas, sendo estas oferecidas diariamente. Nenhum estabelecimento oferece opção proteica de origem vegetal, embora dois estabelecimentos (20%) tentaram por um período comercializar proteína texturizada de soja (PTS) em molho, sem sucesso devido a pouca aceitação.

A rotulagem dos alimentos é deficiente, com apenas dois (22%) dos estabelecimentos identificando superficialmente ingredientes de origem vegetal. Não há regulamentação específica para alimentos vegetarianos/veganos no Brasil.

Dois estabelecimentos (20%) oferecem opções veganas, sendo um com variedade de salgados, sanduíches e doces, como hambúrgueres, assado de proteína de soja e muffins. O outro estabelecimento, por sua vez, oferece exclusivamente sanduíches, com duas opções de sabores: abacate com tomate e húmus com cogumelos.

**Figura 1** - Estabelecimentos comerciais na universidade, Santa Maria, RS 2024 (n=10)





19 A 21 DE MAIO DE 2025 | BENTO GONÇALVES | RS

- 1 Lancheria prédio 05, Colégio Técnico Industrial de Santa Maria
- 2 Lancheria prédio 07, Centro de Tecnologia
- 3 Restaurante prédio 26B, Centro de Ciência da Saúde
- 4 Lancheria prédio 26F, Odonto
- 5 Restaurante prédio 16, Centro de Educação
- 6 Restaurante prédio 20, Centro de Ciências da Saúde - Patologia
- 7 Restaurante prédio 51, Centro de Educação Física e Desporto
- 8 Lancheria prédio 40A, Centro de Artes e Letras
- 9 Lancheria prédio 74F, Centro de Ciências Sociais e Humanas
- 10 Restaurante prédio 47A, Anexo Reitoria

■ Oferta somente opções de lanches vegetarianos

■ Oferta opções de lanches veganos e vegetarianos

Fonte: Adaptado de UFSM (2019)

Diante do crescimento do mercado vegetariano/vegano, investimentos e avanços são fundamentais nesse nicho. O Programa de Alimentação Saudável na Educação Superior (Pases), conforme a Lei nº 14.914/2024, reforça a necessidade de considerar aspectos ambientais, culturais, econômicos e sociais na oferta alimentar nas instituições federais.

#### 4. CONCLUSÃO

Os estabelecimentos da Universidade avaliada oferecem lanches vegetarianos, porém opções veganas estão presentes em apenas dois locais, com predominância de ultraprocessados. Há ausência de proteínas vegetais para almoço e jantar nesses estabelecimentos. A expansão desta oferta pode promover uma alimentação mais saudável e reduzir o consumo de ultraprocessados, impactando positivamente no contexto universitário, onde o acesso a opções alimentares equilibradas não só influencia diretamente o bem-estar físico e mental dos estudantes, mas também impacta o seu desempenho acadêmico. Nesse sentido, o presente estudo se destaca ao dar visibilidade à importância de ampliar a oferta de alimentos vegetarianos e veganos no ambiente universitário, promovendo alternativas saudáveis e sustentáveis que atendam às necessidades de uma população crescente de estudantes que optam por essas dietas.



19 A 21 DE MAIO DE 2025 | BENTO GONÇALVES | RS

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARROS, Karoline Sampaio; BIERHALS, Isabel Oliveira; ASSUNÇÃO, Maria Cecília Formoso. Vegetarianismo entre ingressantes de uma universidade pública no sul do Brasil. *Epidemiologia e serviços de saúde*, v. 29, p. e2019378, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5123/S1679-49742020000400009>. Acesso em: 19 mai. 2024.

BRASIL. Lei nº 14.914, de 27 de março de 2024. Institui o Programa de Alimentação Saudável na Educação Superior (Pases). *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 28 mar. 2024. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2023-2026/2024/lei/L14914.htm](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/L14914.htm). Acesso em: 05 dez. 2024.

CHANG, Kiara et al. Plant-based dietary patterns and ultra-processed food consumption: a cross-sectional analysis of the UK Biobank. *Clinical Medicine*, Volume 78, 102931. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/cml/ckad011>. Acesso em: 01 dez. 2024.

MORAES, Iara de Castro. Ambiente alimentar nos campi da UnB: o que temos para comer?. 2018. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/228323644.pdf>. Acesso em: 25 nov. 2024.

SOCIEDADE VEGETARIANA BRASILEIRA. Pesquisa do IBOPE aponta crescimento histórico no número de vegetarianos no Brasil. 2022. Disponível em: <https://svb.org.br/2469-pesquisa-do-ibope-aponta-crescimento-historico-no-numero-de-vegetarianos-no-brasil/>. Acesso em: 10 nov. 2024.